



śniadanie

Zupa mleczna z płatkami 20g*(1,)prażone ziarno kukurydza,cukier,sól,mleko¹ 'Masto 10g (1),
(masto-śmietanka pasteryzowana¹ Dżem brzoskwiniowy niskostodzony 10g,dżem -
brzoskwinie,cukier pochodzący z owoców ,substancje żelujące pieczywo pełnoziarniste 50g (3),
mąka³pszenna 'mąka pełnoziarnista,³woda,sól,zakwas,)Herbata z cytryną (5)

obiad



Zupa minestrone z warzywami i natką pietruszki (na wywarze warzywnym) 250g *(11,3)
(wywar jarzynowy -woda ,pietruszka,marchewka,seler¹¹,cebula,pora,sól,pieprz),pomidory
szpinak, fasolka szparagowa,cukinia,marchewka ,mąka³

Makaron z sosem bolońskim oprószone serem żółtym 200g *(2,3,1)

mielone mięso z topatki ,cebula,czosnek,pomidory,majeranek,sól,pieprz,makaron-kaszka
pszenna makaronowa³,jajka²,woda,curkuma,mąka³)ser(mleko¹,sól, kultury
bakterii,podpuszczka)

Owocowy Kompot 200 ml

(woda,truskawki,wiśnie ,cukier)

podwieczorek

owoc- jabłko 0,5szt

Budyń z kasza jaglaną-kasza jaglana ,mleko¹



2025-02-04 wtorek

śniadanie

Parówki z indyka 100%-mięso z indyka ,przyprawy ,sól,naturalne substancje konserwujące 100g , ketchup łagodny 10g keczup-koncentrat pomidorowy ,cukier,ocet,sól),, masło 10g (1),(masło-śmietanka pasteryzowana¹ pasta twarogowa z warzywami 20g*(1), twaróg - mleko pasteryzowane¹,kultury bakterii mlekowych Pieczywo mieszane pełnoziarniste 50g (3), mąka³ pszenna mąka pełnoziarnista,³woda,sól,zakwas,) Herbata z sokiem owocowym 200g

obiad

Zupa pomidorowa z makaronem zabelana na wywarze jarzynowym 250g *(11,1,3) wywar jarzynowy -woda ,pietruszka,marchewka,seler¹¹,cebula,pora,sól,pieprz),makaron³ - mąka³,jajka²,woda,),passata pomidorowa-pomidory,sól),śmietana 18%-mleko¹,żywe kultury bakterii mlekowych,natka pietruszki

Kotlecik drożdżowy 50g *(2,3,)

(filet z kurczaka,sól,pieprz,mąka³,jajko²,butka tarta-mąka pszenna³,

Surówka z kapusty białej z koperkiem i marchewką 50g,

(biała kapusta ,marchewka, sól,olej,koperek)

Ziemniaki z koperkiem 100g

Owocowy Kompot 150ml

(woda,truskawki,wiśnie ,cukier)



podwieczorek Granola (płatki owsiane ,płatki pszenne ³z jogurtem naturalnym-mleko¹ pasteryzowany ,żywe kultury bakterii i musem owocowym 100g *(1,3,\), -truskawki,cukier

śniadanie

Wędzona szynka wieprzowa 20g, (szynka-mięso wieprzowe, przyprawy, substancje konserwujące , ser topiony 20g *(1)-sery1 dojrzewący, woda, masło, mleko¹ , masło 10g (1), (masło-śmietanka pasteryzowana¹ pomidor 20g, Pieczywo mieszane 50g (3), mąka³ pszenna 'mąka pełnoziarnista,³ woda, sól, zakwas,) Herbata bawarka z mlekiem 200ml *(1) mleko¹

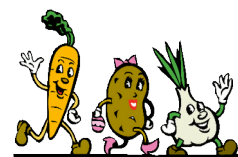
obiad

Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 250g *(1,11)
wywar jarzynowy -woda , pietruszka, marchewka, seler,¹¹ cebula, pora, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, buraki), zakwas buraczany- buraki, sól, czosnek, woda, ziemniaki , śmietana 18%-mleko¹, żywe kultury bakterii mlekowych₂),

Risotto z kurczakiem , warzywami i sosem koperkowym 200g *(1,3,11)
cebula, czosnek, filet z kurczaka, ryż 'papryka, cukinia, sól, bulion warzywny - woda , pietruszka, marchewka, seler¹¹, cebula, pora, sól, pieprz) , śmietana 18%-mleko¹, żywe kultury bakterii mlekowych₂ koperek

Kompot z owoców mieszanych 150 ml
(woda, truskawki, wiśnie , cukier)

podwieczorek Kanapka zbożowa mąka żytnia ,³ woda, sól, zakwas,) z polędwicą sopocką -mięso wieprzowe, woda, sól, stabilizator , sałata zielona, papryka czerwona , masło, (masło-śmietanka pasteryzowana¹ 100g *(3,1)



2025-02-06 - czwartek

śniadanie

Herbata z mlekiem - mleko¹ 200ml (1), serek twarogowy ze szczypiorkiem 30g (1), twaróg - mleko pasteryzowane¹, kultury bakterii mlekowych, szczypiorek wędlina drobiowa 20g - mięso z indyka, przyprawy, substancje konserwujące, pomidor 20g, masło 10g (1), (masło-śmietanka pasteryzowana¹, pieczywo graham 50g (3)) - mąka pszenna³ mąka pszenna graham³, drożdże, sól, zakwas

obiad

Zupa ryżanka na wywarze drobiowo-wołowym z marchwią i pietruszką 250 g, *(11,3)
(wywar mięsny - porcja rosółowa, szponder, pietruszka woda, sól, ziele angielskie, liść laurowy, marchewka, seler¹¹, cebula, pora), ryż

Pieczeń indycza w sosie 60g (3)

mięso z indyka, olej, sól, wywar z pieczenia mięsa, woda, mąka pszenna³, sól, pieprz)

Kasza jęczmienna gotowana 100g (3)

Delikatne buraczki z jabłkiem 70g

(Buraczki gotowane, sól, cebulka, sok z cytryny)

Kompot z owoców mieszanych 200ml

(woda, truskawki, wiśnie, cukier)

podwieczorek Owoc-banan Talarki naturalne owsiane - mąka pszenna³, płatki owsiane, sól, olej



śniadanie

Salata zielona 5g, masło 10g (1)(masło-śmietanka pasteryzowana¹ pasta twarogowo- rybna 30g (1,10),-twaróg -mleko pasteryzowane¹,kultury bakterii mlekowych,makrela wędzona¹⁰ ogórek 20g,bułeczki grahamki 50g (3)-mąka pszenna³ mąka pszenna graham³,drożdże,sól.,zakwas Herbata 200ml

obiad

Domowy krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami (wywar mięsny) 250g *(3,11)
wywar mięsny -porcja rosółowa, woda ,sól,ziele angielskie ,liść laurowy
pietruszka,marchewka,seler¹¹,cebula,pora),kasza jęczmienna³ ,ziemniaki,śmietana mleko¹,żywe kultury bakterii mlekowych,)



Jajko w sosie koperkowym 50g *(11,1,2,3)

Jajko², (wywar jarzynowy -

woda ,pietruszka,marchewka,seler¹¹,cebula,pora,sól,pieprz),18%śmietana¹- mleko¹,żywe kultury bakterii mlekowych,mąka³

Witaminowa surówka z kiszonej kapusty i marchwi 50g,

(kapusta kiszona,marchewka,cebula,sól,cukier,olej)

Ziemniaki 100g

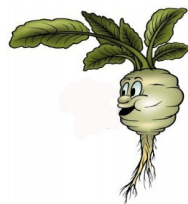
Kompot owocowy z dodatkiem aronii 150ml

(woda,truskawki,wiśnie ,cukier,)

podwieczorek

Serek homogenizowany 0,5szt*(-twaróg odtłuszczony¹ śmietanka^{1*}(1)-,jabłko)

0,5szt



2025-02-10 - poniedziałek

śniadanie

Zupa mleczna- chrupki kukurydziane do mleka "Mleczarnia Wieprz" 2% tłuszczu 150g,
(1,) prażone ziarno kukurydza, cukier, sól, mleko¹

Dżem owocowy niskosłodzony 10g dżem - truskawki, cukier pochodzący z owoców, substancje
żelujące, masło 10g (1) masło-śmietanka pasteryzowana¹

Pieczewo mieszane 50g (3), mąka³ pszenna, mąka pełnoziarnista, ³woda, sól, zakwas, Herbata z
miodem i cytryną 150g, (4,5),



obiad

Zupa wiejska z ziemniakami z dodatkiem fasoli "Jaś" na wywarze wołowym 250g, (,3,11)
(wywar mięsny – woda, porcja rosółowa, szponder wołowy, woda, sól, ziele angielskie, liść
laurowy, marchewka, seler,¹¹ cebula, pora, pietruszka), fasola jaś, ziemniaki, mąka³

Kolorowy kociotek (kurczak w kawałkach w delikatnym sosie z warzywami) 60g*(,3,11)
kurczak, woda mąka³ sól, papryka w proszku, ziele angielskie, liść laurowy, papryka czerwona
, pietruszka, seler¹¹

Ryż 100g

Salatka szwedzka 50g

(ogórki konserwowe, cebulka, papryka konserwowa, sól, olej)

Kompot z mieszanych owoców 150g

(woda, truskawki, wiśnie, cukier)

podwieczorek

Surówka witaminowa z jabłkiem, marchewką i jogurtem naturalnym- białko mleka żywe
kultury bakterii¹

wafel ryżowy

2025-02-11 wtorek

Szynka wieprzowa na kanapkę 20g, serek wiejski 20g ^{*(1)}, -twaróg ziarnisty ¹ śmietana pasteryzowana ¹, sól pomidory 20g, masło 10g ^{*(1)} masło-śmietanka pasteryzowana ¹
 pieczywo mieszane 50g ^{*(3)}, mąka ³ pszenna mąka pełnoziarnista, ³ woda, sól, zakwas, Herbata z cytryną 200ml ^{*(5)}



obiad

Rosół z makaronem i natką pietruszki 250g, ^{*(11,2,3)}
 wywar mięsny - porcja rosotowa, szponder wołowy, woda, sól, ziele angielskie, liść laurowy, marchewka, seler ¹¹, cebula, pora, pietruszka), makaron - mąka ³ jajka ², woda,),
 Kotlecik devolaj z serem, masłem i pieczarką 50g ^{*(3,2,1)}
 (Filet z kurczaka, masło ¹, czosnek, bułka tarta - mąka pszenna ³, woda, sól, drożdże, jajko, ², pieczarka, ser żółty (mleko ¹, sól, kultury bakterii, podpuszczka)
 Ziemniaki 100g
 Surówka warzywna 50g,
 (kapusta pekińska, papryka czerwona, kukurydza z puszki, koperek, olej, sól)
 Kompot owocowy 150ml
 (woda, truskawki, wiśnie, cukier,)

podwieczorek Owoc-mandarynka, Sok 100%



2025-02-12- środa

Pasta jajeczna 50g (2), jajko², majonez-żółtka², olej, musztarda, przyprawy), musztarda pomidor 20g, masło 10g (1) masło-śmietanka pasteryzowana¹ buteczki grahamki 50g (3) mąka pszenna³ mąka pszenna graham³, drożdże, sól, zakwas

Herbata z mlekiem (1) 200ml

obiad

Zupa pomidorowa z tartym ciastem na wywarze warzywnym 250ml *(1,1,3,2,1)
wywar jarzynowy-woda, pietruszka, marchewka, seler¹¹, cebula, pora, sól, pieprz), jajka², mąka³
³woda, passata pomidorowa-pomidory, sól), śmietana 18%-mleko¹, żywe kultury bakterii mlekowych, natka pietruszki)

Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem 150g*(1,)

Ryż, mleko¹, jabłko, cynamon

Kompot owocowy 150g

(woda, truskawki, wiśnie, cukier)

podwieczorek Domowy chlebek bananowy*(3,2,1)-banan, mąka pszenna³, jajka², masło¹, sól

Kawa mleczna 150ml*(1)-mleko¹



śniadanie Szynka wędzono-parzona 30g-szynka-mięso wieprzowe,przyprawy,substancje konserwujące , pomidory 20g, twarożek z koperkiem 30g *(1),mleko pasteryzowane¹,kultury bakterii mlekowych ,koperek masło 10g (1),(masło-śmietanka pasteryzowana¹ pieczywo mieszane 50g (3)mąka pełnoziarniste³ -mąka pszenna³ ,woda,sól,zakwas,), Herbata z sokiem malinowym 150g

obiad

Krem szpinakowy zielony z groszkiem ptysiowym 250g, *(,3,11,2)
(wywar jarzynowy -woda ,pietruszka,marchewka,seler¹¹,cebula,pora,sól,pieprz),szpinak ,ziemniaki,groszek ptysiowy- mąka pszenna³:jajko²,olej
Udziec z kurczaka 50g *(3)
(udko z kurczaka bez kości ,sól, pieprz,)
Sałatka z czerwonej kapusty 50g,
(czerwona kapusta gotowana,cebulka,natka pietruszki,olej sól,cukier)
Ziemniaki 100g
Kompot owocowy 150ml
(woda,truskawki,wiśnie ,cukier)

podwieczorek Koktajl bananowy¹ -banan,jogurt naturalny-mleko¹,żywe kultury bakterii chrupka kukurydziana (chrupki kukurydziane -mąka kukurydziana)



2025-02-14 - Piątek

śniadanie

Ser żółty gouda 30g *(1),(mleko¹,sól, kultury bakterii, podpuszczka) Ogórek 20g, masło 10g
*(1) pasteryzowane¹,kultury bakterii mlekowych , pieczywo chleb wiejski 50g *(3) - mąka
pszenna³,woda,sól,zakwas,) Herbata z sokiem owocowym 250ml

obiad

Barszcz biały z ziemniakami 250g*(1,3,11)

(wywar jarzynowy -woda ,pietruszką,marchewka,seler¹¹,cebula,pora,sól,pieprz),mąka³,sól,pieprz
śmietana 18%śmietana¹ - mleko¹,żywe kultury bakterii mlekowych,

Paluszki rybne z dorsza 50g *(10,1,2,3)

(filet z ryby dorsz¹⁰,mąka³,butka tarta-mąka pszenna³,drożdże sól), jajka²,olej

Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem 50g*

(kapusta kiszona,marchewka,cebula,sól,cukier,olej)

Ziemniaki 100g *(1)

Kompot owocowy z dodatkiem aronii 150ml

(woda,truskawki,wiśnie ,cukier ,aronia)



Podwieczorek - Jogurt owocowy *(1)

(mleko pasteryzowane¹, truskawki,cukier)

- ZGODNIE Z INFORMACJAMI OD PRODUCENTÓW UŻYTE PRODUKTY GOTOWE
- NP(KAKAO,HERBATA ,KECZUP,KONCENTRAT POMIDOROWYPRODUKTY Z MIĘSA)
- MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW ,GLUTENU ,MLEKA ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ ,JAJ,SOI,ORZECHÓW,,SELERA,GORCZYCY

Legenda - Wykaz alergenów

- 1) Mleko i produkty pochodne
- 2) Jaja i produkty pochodne
- 3) Zboża zawierające gluten
- 4) Miód
- 5) Cytrusy
- 6) Orzechy ziemne i produkty pochodne
- 7) Orzechy tj. włoskie, migdały i produkty pochodne
- 8) Sezam i produkty pochodne
- 9) Soja i produkty pochodne
- 10) Ryby i produkty pochodne
- 11) Seler